Delos

Delos Pro

Crosstrainer Bedienungsanleitung

LESEN SIE DIE TECHNISCHE ANLEITUNG, BEVOR SIE DIE BEDIENUNGSANLEITUNG LESEN.

AUFBAU

⚠ ACHTUNG

Während Sie den Crosstrainer aufbauen, sollten Sie bei bestimmten Schritten besonders aufpassen. Es ist sehr wichtig, dass Sie der Aufbauanleitung genau folgen und alle Teile festgezogen werden. Wenn Sie der Aufbauanleitung nicht folgen, kann es sein, dass Teile des Rahmens nicht angezogen wurden und anschließend locker scheinen und bei Benutzung Geräusche von sich geben. Es darf kein seitlicher Spielraum an dem Konsolenmast vorhanden sein. Um Schäden an Ihrem Crosstrainer zu vermeiden, sollten Sie die Aufbauanleitung erneut lesen und dann Fehler, die beim Aufbau vielleicht gemacht wurden, korrigieren.

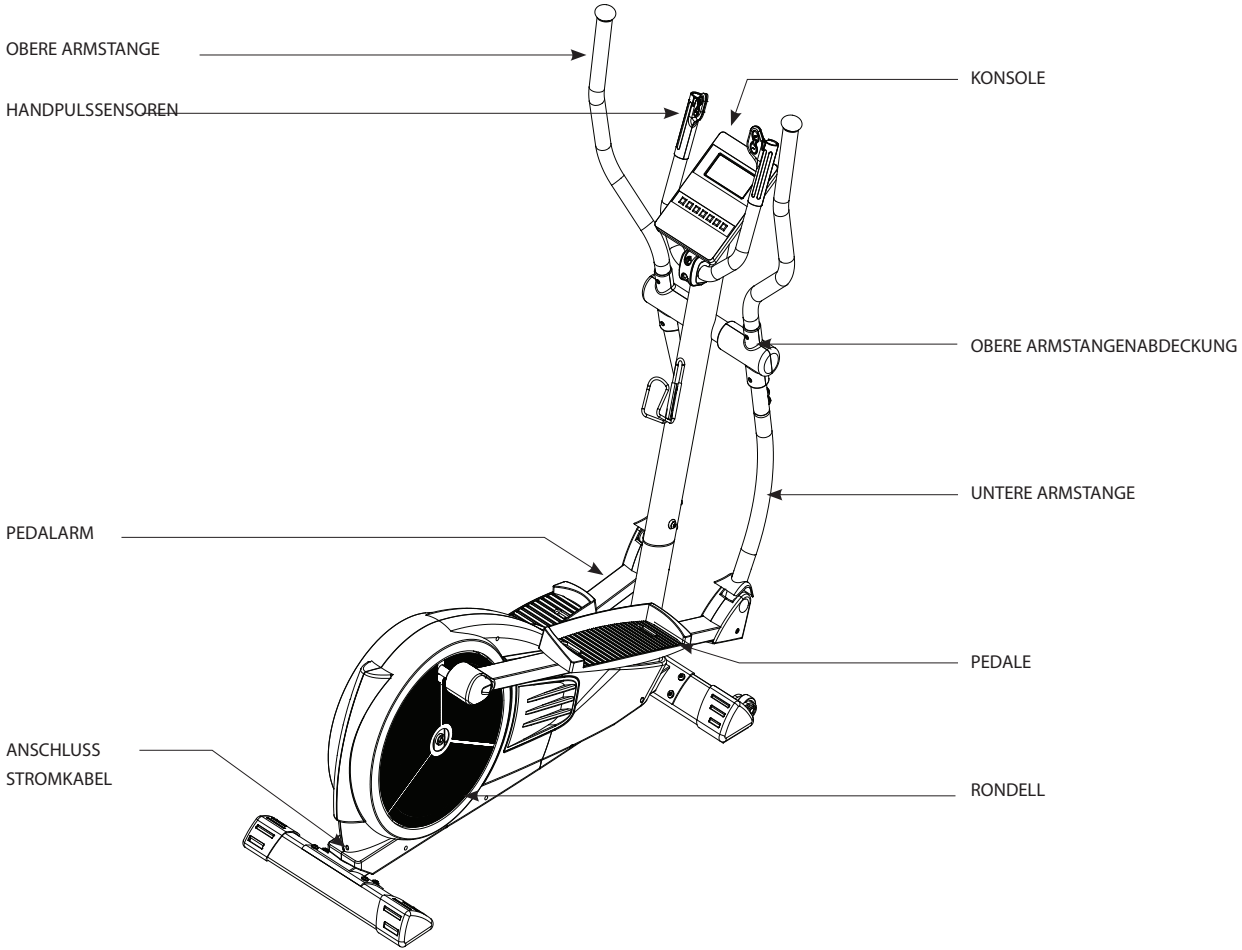
Bevor Sie mit dem Aufbau anfangen, tragen Sie die Seriennummer und den Modelnamen Ihres Elliptical Trainers in die vorgesehenen. Zeilen weiter unten ein. Sie finden die Seriennummer wie auch den Modelnamen auf dem vorderen Standfuß.

TRAGEN SIE DIE SERIENNUMMER UND DEN MODELLNAMEN IN DIE LEEREN FELDER EIN:

SERIENNUMMER:

MODELLNAME: HORIZON FITNESS

CROSSTRAINER


OBERE ARMSTANGE
HANDPULSSENSOREN
KONSOLE
OBERE ARMSTANGENABDECKUNG
UNTERE ARMSTANGE
PEDALARM
PEDALE
ANSCHLUSS
STROMKABEL
RONDELL

(DELOS PRO)

BEINHALTETE TEILE:

- ☐ 1 Hauptrahmen
- ☐ 2 Armstangen und Pedal Set
- ☐ 1 Konsolenmast Set
- ☐ 1 Konsole
- ☐ 1 Box mit Hauptbestandteilen:
  (Vorderer und hinterer Standfuss)

BEINHALTETE WERKZEUGE:

- ☐ 1 Schrauben & Werkzeug Kit
- ☐ 1 Packet mit Plastikteilen
- ☐ 1 Bedienungsanleitung
- ☐ 1 Stromkabel

VOR DEM AUFBAU

AUSPACKEN

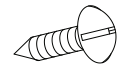
Stellen Sie die Verpackung auf eine ebene Fläche. Wir empfehlen Ihnen eine Schutzfolie auf Ihren Boden zu legen, um Kratzer zu vermeiden. Seien Sie beim Transport und Aufbau vorsichtig. Öffnen Sie Verpackung nicht, wenn sie auf der Seite liegt. Packen Sie das Gerät am besten dort aus, wo Sie es auch benutzen möchten. Bei Nichtbeachten der Anleitung kann es zu Verletzungen kommen.

HINWEIS: Achten Sie während jedem Aufbauschritt darauf, dass alle Muttern und Schrauben leicht angezogen wurden, bevor sie ganz festgezogen werden. Wir empfehlen Ihnen, beim Aufbau die Schraubengewinde mit Schmierfett einzuschmieren.

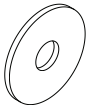
☎ BRAUCHEN SIE HILFE?

Wenn Sie Fragen haben oder Teile fehlen, kontaktieren Sie unseren Kundenservice unter 02234-9997-500.

DELOS & DELOS PRO ERSATZTEIL LISTE

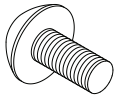

(Nur Delos Pro)

SCHRAUBE (4)
Φ4 x Φ15
Anzahl: 8 Stück



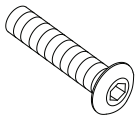
UNTERLEGSCHEIBE (5)
Φ8 x Φ16 x T1.5
Anzahl: 12 Stück

FEDERRINGSCHEIBE (6)
Φ8
Anzahl: 10 Stück

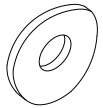


SCHRAUBE (12)
M8*15
Anzahl: 18 Stück

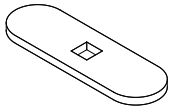
UNTERLEGSCHEIBE (16)
Φ8.5*Φ32*T2.0
Anzahl: 2 Stück



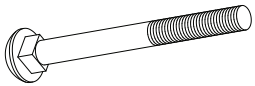
SCHRAUBE (23)
M8*55
Anzahl: 2 Stück



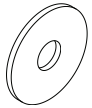
UNTERLEGSCHEIBE
GEBOGEN (27)
Φ8 x Φ22 x T1.5
Anzahl: 8 Stück



PEDAL
UNTERLEGSCHEIBE (29)
Anzahl: 4 Stück

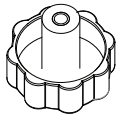


SCHRAUBE (30)
M6*52
Anzahl: 4 Stück

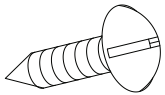


UNTERLEGSCHEIBE (31)
Φ6.5*Φ13*T1.5
Anzahl: 4 Stück

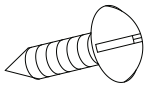
FEDERRINGSCHEIBE (32)
Φ6
Anzahl: 4 Stück



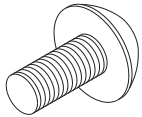
PEDAL EINSTELLKNOPF (33)
Anzahl: 4 Stück



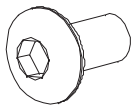
SCHRAUBE (39)
Φ5 x 15
Anzahl: 8 Stück



SCHRAUBE (45)
Φ4 x 20
Anzahl: 2 Stück



SCHRAUBE (49)
M5 x 12
Anzahl: 4 Stück



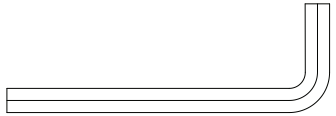
SCHRAUBE (88)
M8 x 20
Anzahl: 2 Stück

MUTTER (96)
M8
Anzahl: 2 Stück

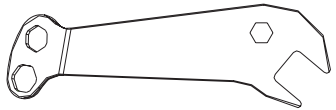
PEDAL HÜLSE (98)
Anzahl: 4 Stück

UNTERLEGSCHEIBE
GEWELLT (109)
Φ16 x Φ30 x T0.6
Anzahl: 2 Stück

INBUSSCHLÜSSEL MIT
SCHRAUBENDREHER
8 mm

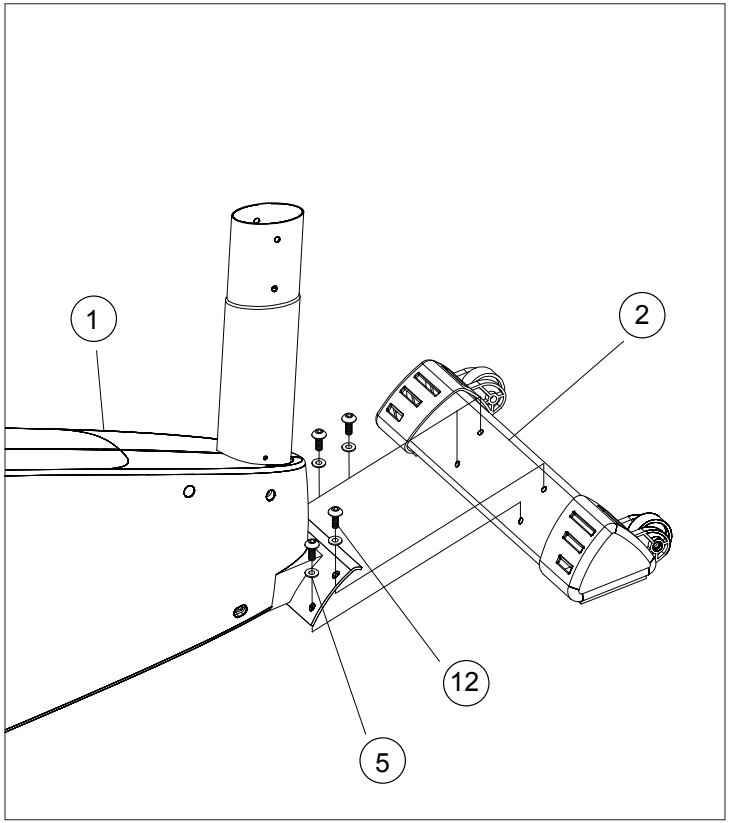


INBUSSCHLÜSSEL
8 mm



GABELSCHLÜSSEL

AUFBAUSCHRITT 1



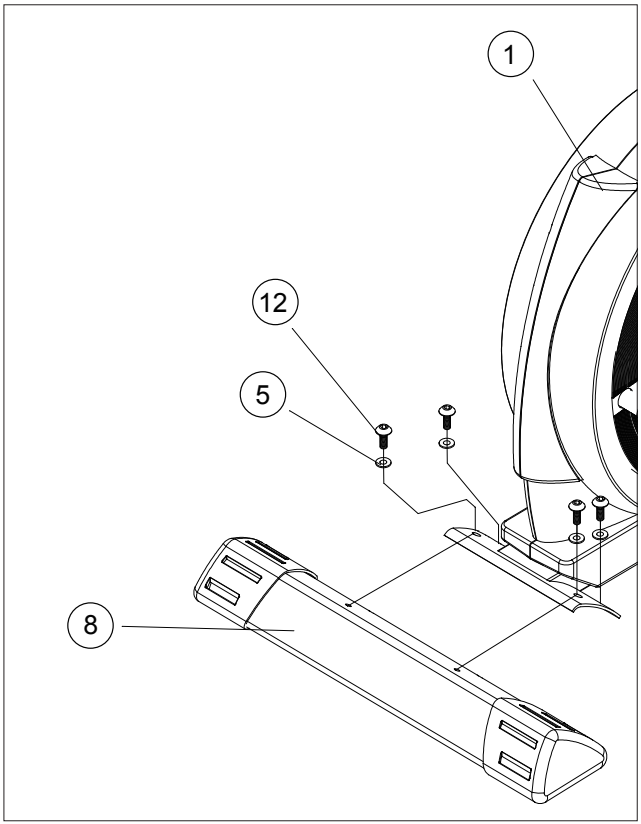
BEINHALTETE TEILE:

UNTERLEGSCHEIBE (5)
Φ8 X Φ16 X T1.5
ANZAHL: 4

SCHRAUBE (12)
M8 X 15
ANZAHL: 4

A Befestigen Sie den vorderen Standfuß (2) am Rahmen (1) mit 4 Schrauben (12) und 4 Unterlegscheiben (5).

AUFBAUSCHRITT 2



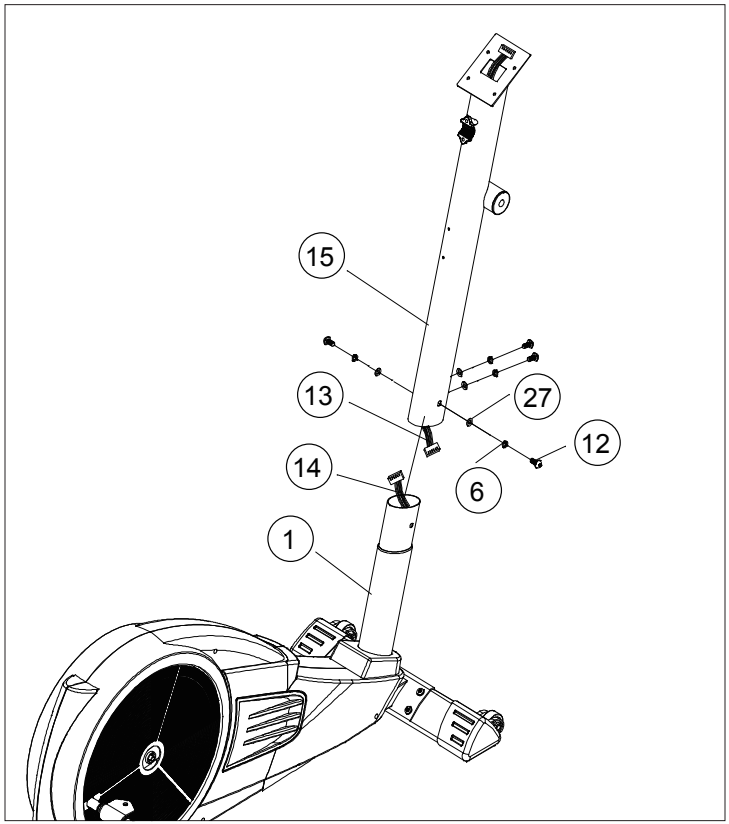
BEINHALTETE TEILE:

UNTERLEGSCHEIBE (5)
Φ8 X Φ16 X T1.5
ANZAHL: 4

SCHRAUBE (12)
M8 X 15
ANZAHL: 4

A Befestigen Sie den hinteren Standfuß (8) am Rahmen (1) mit 4 Schrauben (12) und 4 Unterlegscheiben (5).

AUFBAUSCHRITT 3



BEINHALTETE TEILE:

FEDERRINGSCHEIBE (6)
Φ8
ANZAHL: 4

UNTERLEGSCHEIBE
GEBOGEN (27)
Φ8 X Φ22 X T1.5
ANZAHL: 4

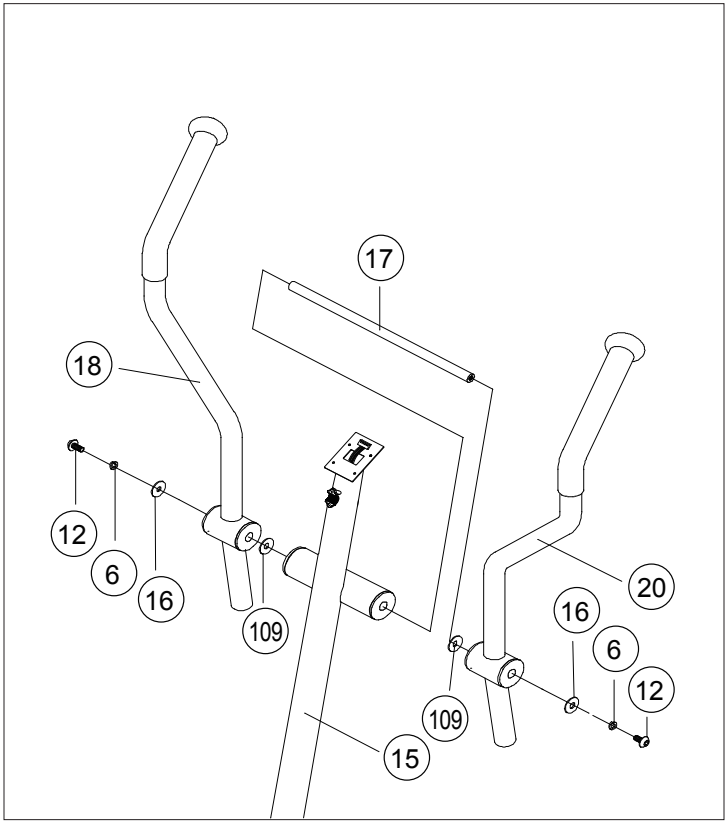
SCHRAUBE (12)
M8 X 15
ANZAHL: 4

A Verbinden Sie oberes und unteres Konsolenkabel (13&14), welches sich im Konsolenmast befindet.

B Befestigen Sie den Konsolenmast (15) mit Rahmen (1) indem Sie 4 Schrauben (12), 4 Federringscheiben (6) und 4 gebogene Unterlegscheiben (27) benutzen.

Hinweis : Achten Sie darauf, dass Sie während des Aufbaus keine Kabel einklemmen.

AUFBAUSCHRITT 4



BEINHALTETE TEILE:

SCHRAUBE (12)
M8 X 15
ANZAHL: 2

UNTERLEGSCHEIBE (16)
Φ8.5 X Φ32 X T2.0
ANZAHL: 2

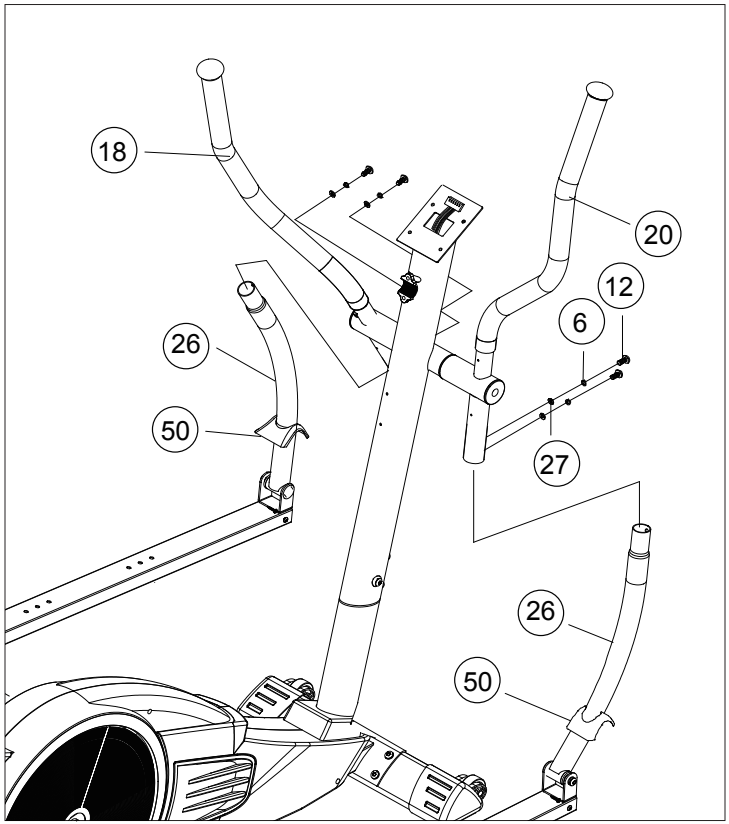
GEWELLTE
UNTERLEGSCHEIBE (109)
Φ16 X Φ30 X T0.3
ANZAHL: 2

FEDERRINGSCHEIBE (6)
Φ8
ANZAHL: 2

A Schieben Sie die Armstangenachse (17) in den Konsolenmasten (15) und benutzen Sie 2 gewellte Unterlegsscheiben (109).

B Stecken Sie die obere Armstange (18) auf den Konsolenmast (15) und befestigen Sie sie mit 2 Schrauben (12), 2 Federringscheiben (6) und 2 Unterlegscheiben (16).

AUFBAUSCHRITT 5



BEINHALTETE TEILE:

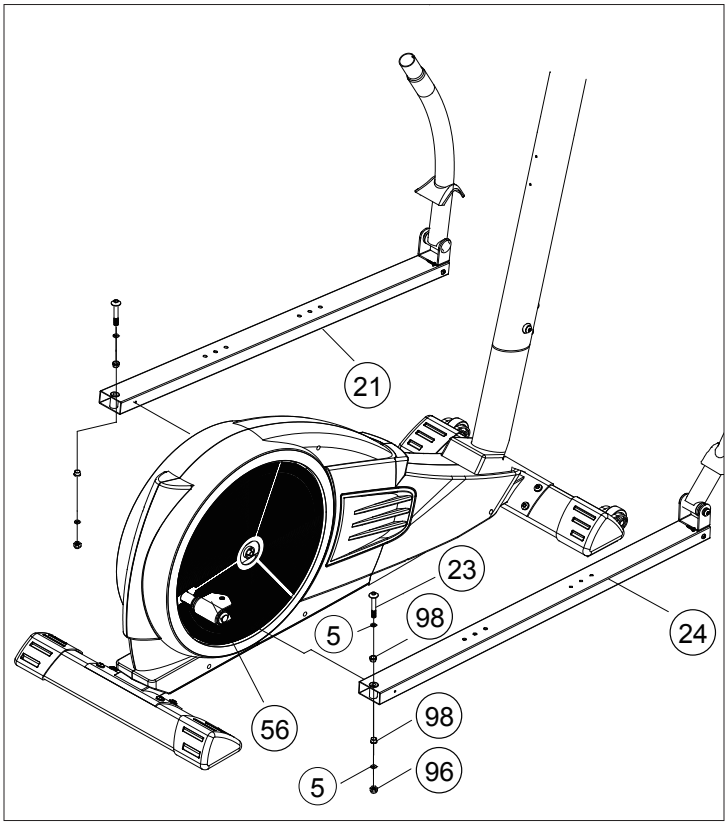
FEDERRINGSCHEIBE (6) Φ8 ANZAHL: 4	UNTERLEGSCHEIBE GEBOGEN (27) Φ8 X Φ22 X T1.5 ANZAHL: 4
SCHRAUBEN (12) M8 X 15 ANZAHL: 4	

A Stecken Sie die untere Armstangenabdeckung (50) auf die untere Armstange (26). Machen Sie dieses auf beiden Seiten.

B Verbinden Sie untere und obere Armstange (20 & 26) mit 2 Schrauben(12), 2 Federringscheiben (6) und 2 gebogene Unterlegscheiben (27).

C Wiederholen Sie die Schritte A&B zum Verbinden der Teile 18 und 26.

AUFBAUSCHRITT 6



BEINHALTETE TEILE:

UNTERLEGSCHEIBE (5)
Φ8 X Φ16 X T1.5
ANZAHL: 4

MUTTER (96)
M8
ANZAHL: 2

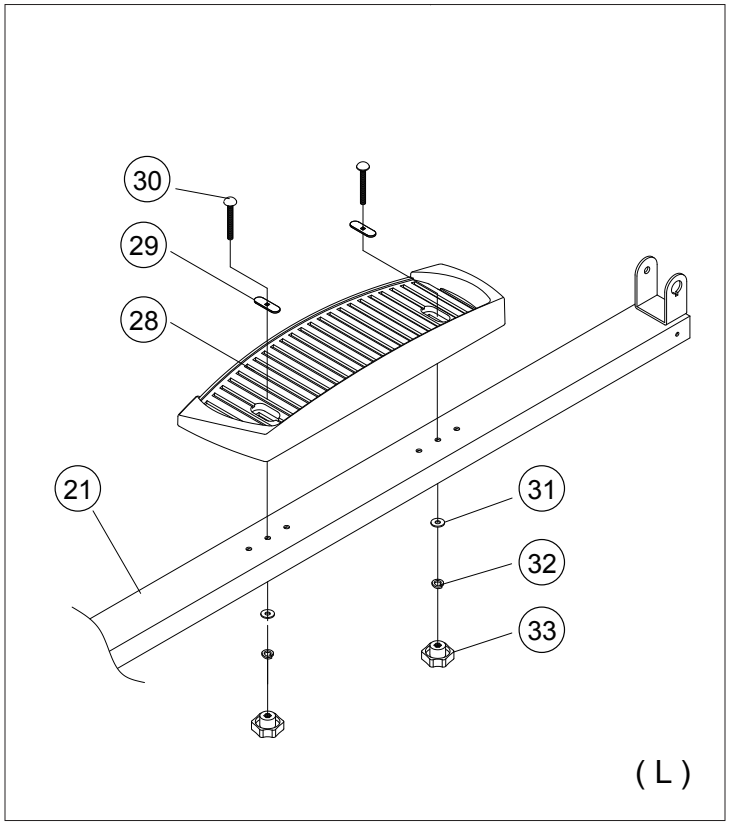
HÜLSE: (98)
ANZAHL: 4

SCHRAUBE (23)
M8 X 55
ANZAHL: 2

A Verbinden Sie den rechten Pedalarm (24) mit dem Schwungrad (56) und zum Befestigen nutzen Sie die vor montierten Montageteile: 1 Schraube (23), 2 Unterlegscheiben (5), 2 Hülsen (98) und 1 Mutter (96).

B Wiederholen Sie die vorherigen Schritte auch für die andere Seite des Crosstrainers.

AUFBAUSCHRITT 7



BEINHALTETE TEILE:

PEDAL
UNTERLEGSCHEIBE (29)
ANZAHL: 4

UNTERLEGSCHEIBE (31)
Φ6.5 X Φ13 X T1.5
ANZAHL: 4

EINSTELLKNOPF (33)
ANZAHL: 4

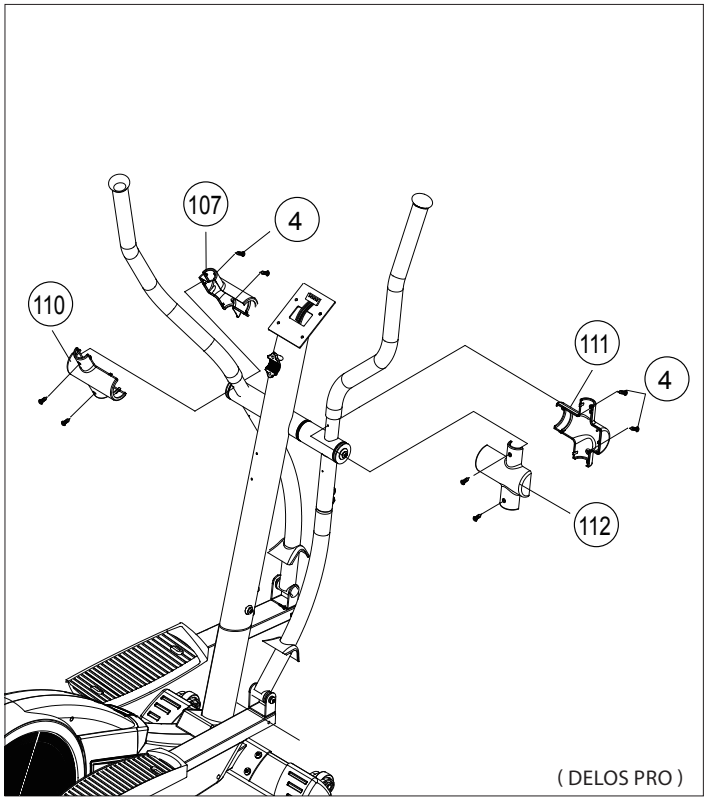
FEDERRINGSCHEIBE (32)
Φ6
ANZAHL: 4

SCHRAUBE (30)
M6 X 52
ANZAHL: 4

A Verbinden Sie das linke Pedal (28) mit dem linken Pedalenarm (21) mit2 Schrauben (30), 2 Pedal Unterlegscheiben (29), 2 Federringscheiben (32), 2 Unterlegscheiben (31) und 2 Einstellknöpfe (33).

B Wiederholen Sie die vorherigen Schritte auch für die rechte Seite.

AUFBAUSCHRITT 8 (nur für DELOS PRO)



(DELOS PRO)

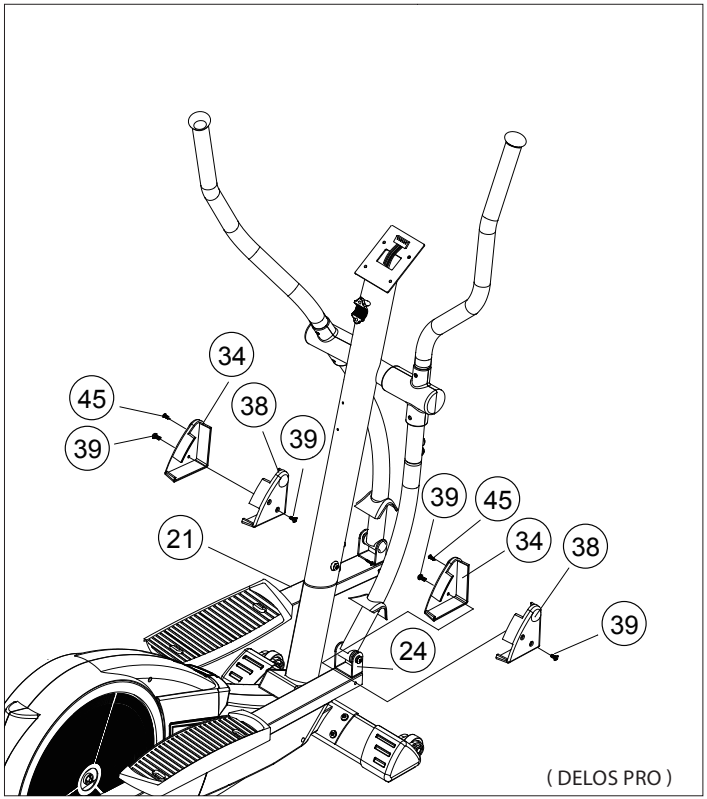
BEINHALTETE TEILE:

SCHRAUBE (4)
Φ4 X 15
ANZAHL: 8

A Verbinden Sie die rechte vordere und hintere Armstangenabdeckung (111 & 112) miteinander und benutzen Sie 4 Schrauben (4).

B Wiederholen Sie die vorherigen Schritte auch für die linke Seite. (107&110)

AUFBAUSCHRITT 9



BEINHALTETE TEILE:

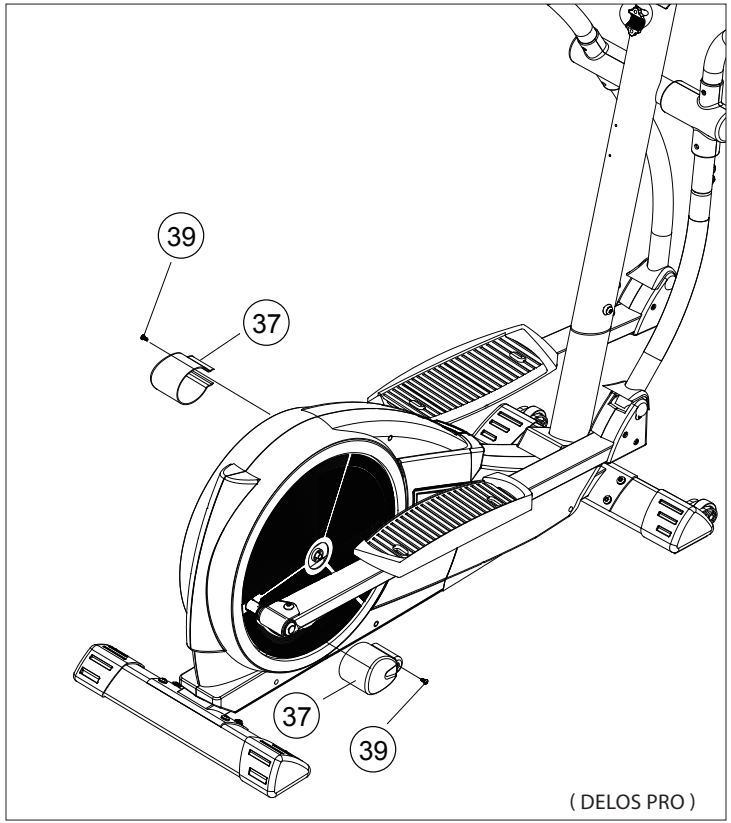
SCHRAUBE (39)
Φ5 X 15
ANZAHL: 4

SCHRAUBE (45)
Φ4 X 20
ANZAHL: 2

A Verbinden Sie die rechte Pedalarmstangenabdeckung (34 & 38) mit der rechten Pedalarmstange (24) unterhalb der Armstangenabdeckung (50) mit Hilfe von 2 Schrauben (39) und 1 Schraube (45).

B Wiederholen Sie Schritt A auch für die linke Seite.

AUFBAUSCHRITT 10



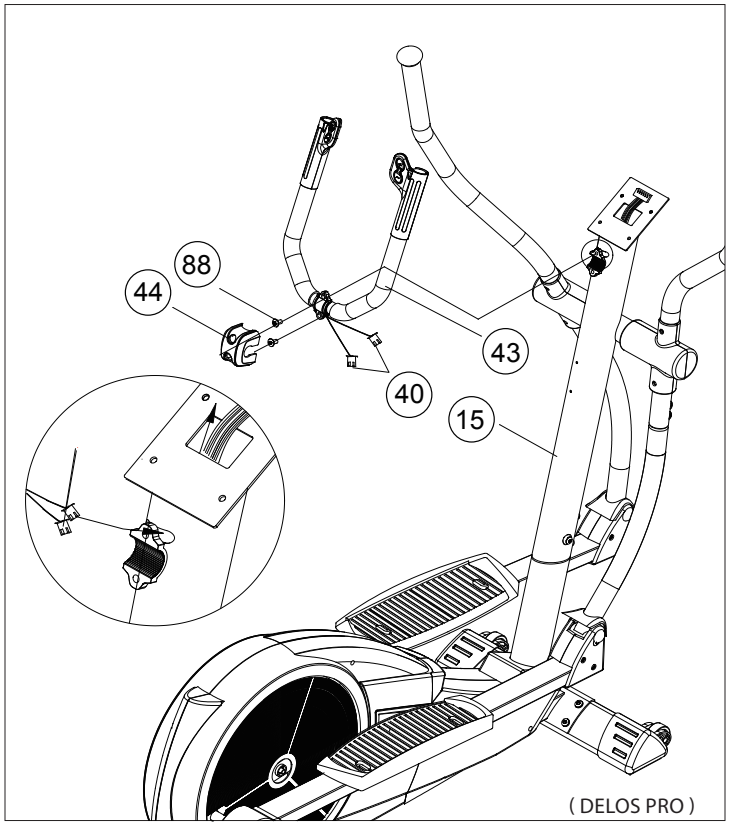
(DELOS PRO)

BEINHALTETE TEILE:

SCHRAUBE (39)
Φ5 X 15
ANZAHL: 2

A Fügen Sie die linke und rechte hintere Pedalabdeckung (37) auf die hintere Pedalachse und befestigen Sie diese mit 2 Schrauben (39).

AUFBAUSCHRITT 11



BEINHALTETE TEILE:

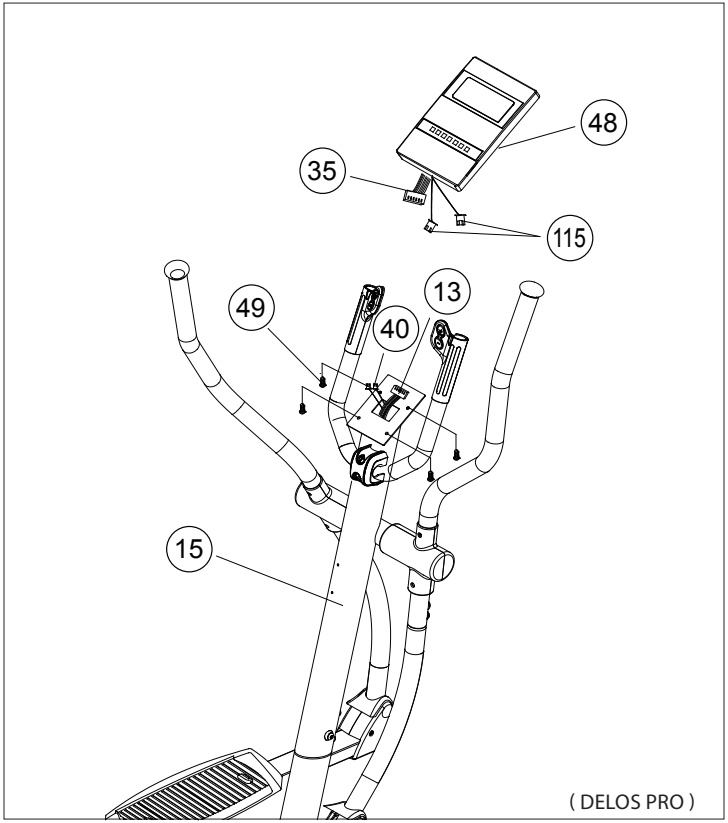
SCHRAUBE (88)
M8 X 20
ANZAHL: 2

A Schrauben Sie die vormontierten Schrauben der Armstange ab.

B Führen Sie das Handgriff - Pulskabel (40) durch den Konsolenmast (15) (wie auf der linken Seite gezeigt).

C Verbinden Sie die fest fixierte Armstange (43) mit dem Konsolenmast mit 2 Schrauben (88) und decken Sie diese mit der entsprechenden Abdeckung (44) ab .

AUFBAUSCHRITT 12



(DELOS PRO)

BEINHALTETE TEILE:

SCHRAUBE (49)
M5 X 12
ANZAHL: 4

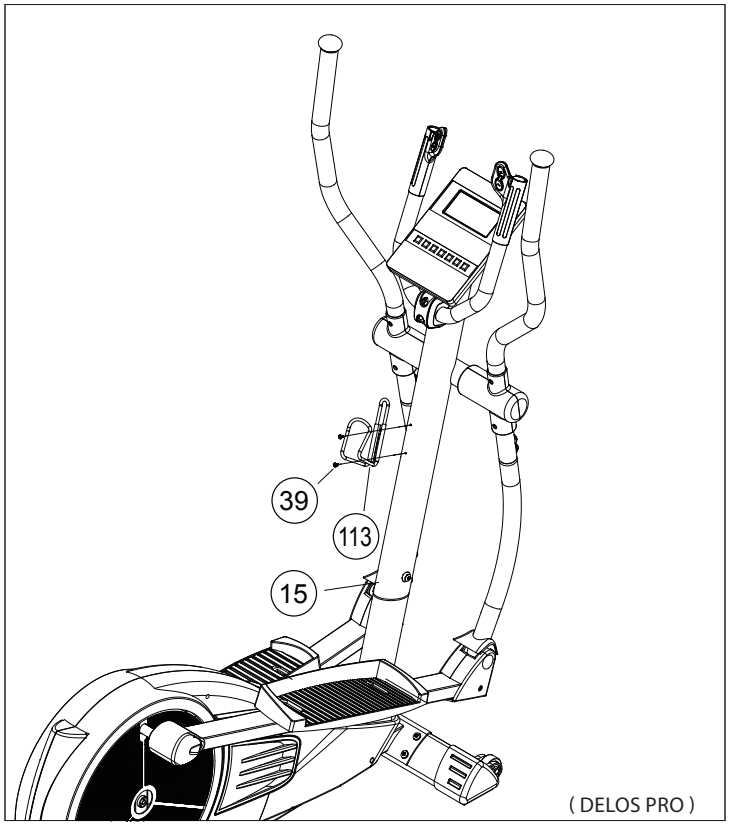
A Verbinden Sie die Kabel aus dem Konsolenmast (40 & 13) mit denen der Konsole (35 & 115).

B Führen Sie vorsichtig die Kabel der Konsole in die Konsole, bevor Sie diese miteinander verbinden.

C Verbinden Sie die Konsole mit dem Konsolenmast (15) und benutzen Sie zur Montage die vormontierten Schrauben (49).

(Hinweis: Achten Sie darauf, dass Sie während des Aufbaus keine Kabel einklemmen.)

AUFBAUSCHRITT 13

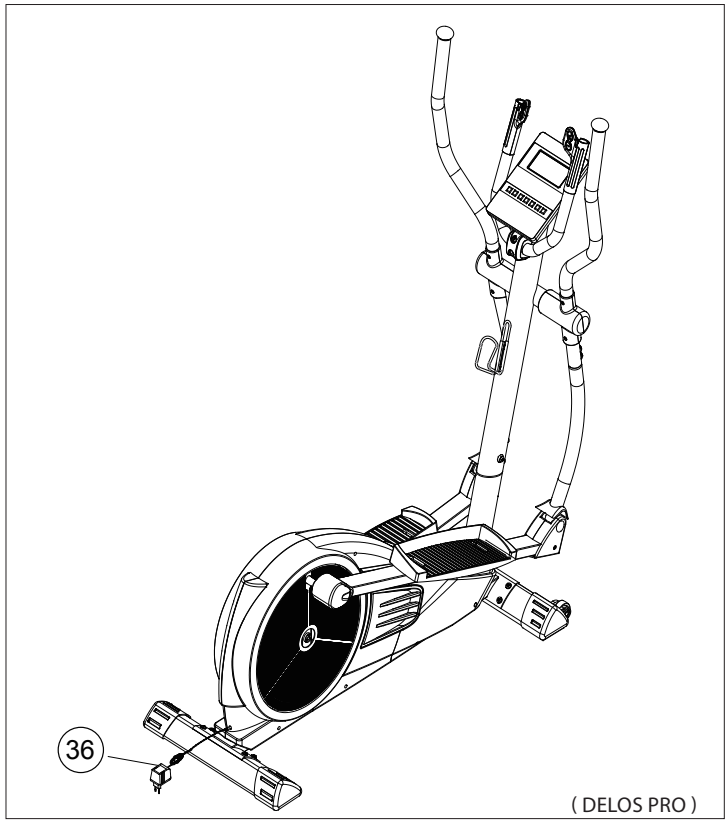


BEINHALTETE TEILE:

SCHRAUBE (39)
Φ5 X 15
ANZAHL: 2

A Montieren Sie die Wasserflaschenhalterung (113) auf den Konsolenmast (15) und benutzen Sie 2 Schrauben (39).

AUFBAUSCHRITT14

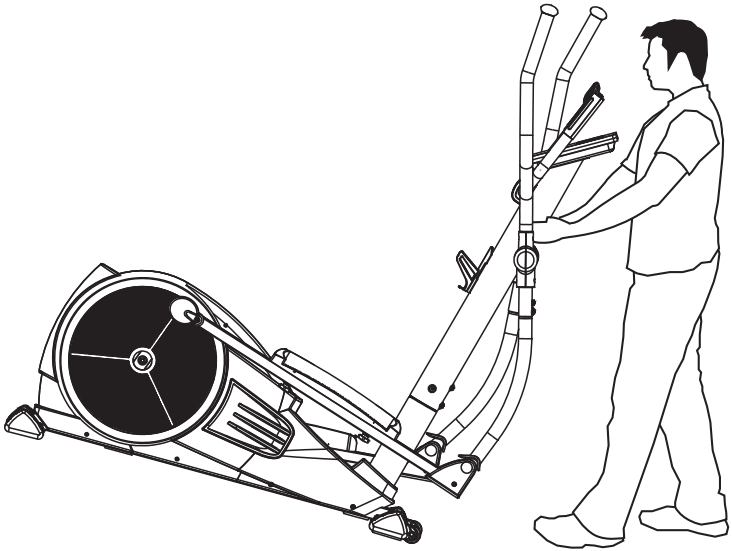


(DELOS PRO)

A Verbinden Sie den Adapter (36) mit dem Crosstrainer.

SIE SIND FERTIG!

TRANSPORT



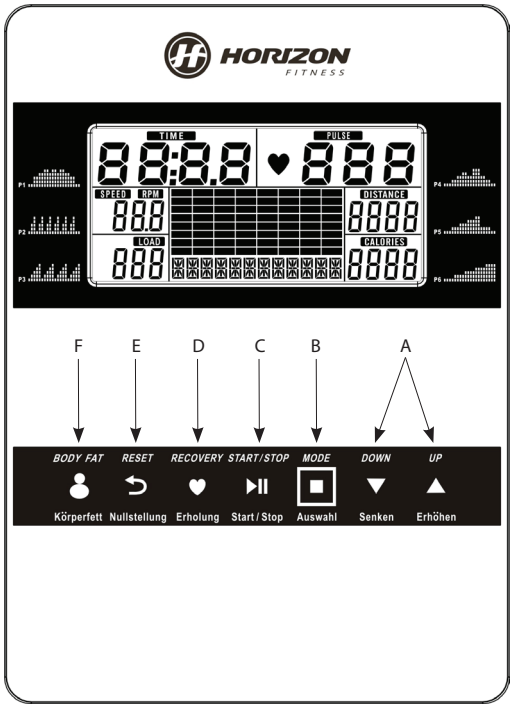
(DELOS PRO)

WARNUNG!
Unsere Trainingsgeräte sind aus qualitativ hochwertigen, schweren Elementen gebaut und können bis zu 150 Kilogramm wiegen.
Seien Sie also vorsichtig und holen Sie sich falls notwendig Hilfe für den Transport.

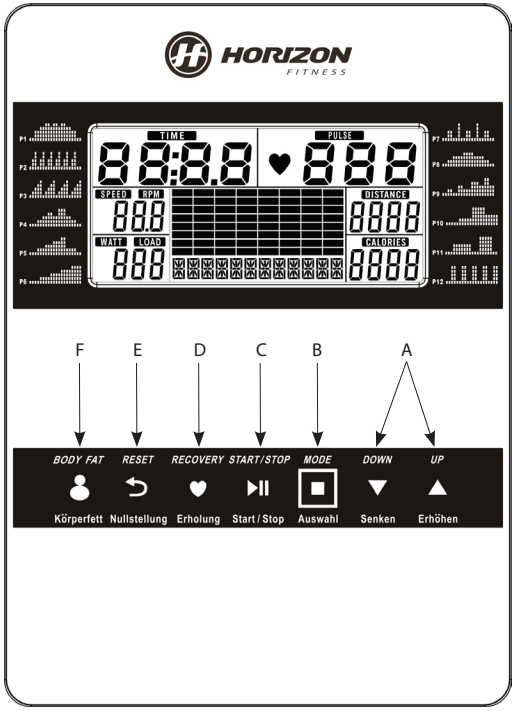
CROSSTRAINER BENUTZUNG

Der folgende Abschnitt erklärt Ihnen ausführlich, wie Sie die Konsole und die Programme verwenden.

DELOS KONSOLENANZEIGE



DELOS PRO KONSOLENANZEIGE



DELOS & DELOS PRO KONSOLENBEDIENUNG

A) ▲/▼ HOCH & RUNTER/ UP & DOWN - TASTEN

1) Drücken zum Steigern und Senken von Werten.
2) Drücken zum Durchblättern der einzelnen Punkte, die Sie wählen können .
3) Drücken zum Erhöhen und Senken des Widerstandes.

B) AUSWAHL/ MODE - TASTE

1) Zur Displayänderung und zum Bestätigen von Dateneinstellungen .
2) Im STOP Status, MODE Taste und UP Taste gleichzeitig drücken um Thermometer aufzurufen .
3) Nach einem Körperfett - Test drücken Sie die AUSWAHL Taste, um das Display zu ändern. (Genaueres zur Körperfett Messung entnehmen Sie auf Seite 26)

C) START/STOP TASTE

Zum Starten und Pausieren des Trainings.

D) ERHOLUNG/ RECOVERY - TASTE

Beim Vorhanden sein von Herzfrequenzdaten, können Sie die ERHOLUNG Taste drücken um die Erholungsfunktion zu starten. (Genaueres zur Erholungsfunktion entnehmen Sie Seite 26)

E) NULLSTELLUNG/ RESET - TASTE

Wenn Sie zurück auf die Nullstellung wollen, drücken Sie Reset/ Nullstellung. Halten Sie die Nullstellung - Taste 3 Sekunden lang gedrückt um das System zurückzusetzen.

F) KÖRPERFETT/ BODY FAT - TASTE

Zum Ermitteln des Körperfettanteiles und des BMI Indexes. (Genaueres entnehmen Sie auf Seite 26)

EINSTELLEN DER PERSÖNLICHEN DATEN

Die Konsole ist in der Lage Ihre persönlichen Daten zu speichern wie Name, Geschlecht, Alter und Gewicht. Dies ermöglicht Ihnen, Ihr Training schneller aufzunehmen. Um Ihre Daten zu speichern, folgen Sie den folgenden Punkten:

1) Wählen Sie den Benutzer 1 - 4
2) Wählen Sie Ihr Geschlecht
3) Wählen Sie Ihr Alter
4) Wählen Sie Ihr Gewicht
5) Die Konsole kann die Daten von bis zu 4 Personen speichern und Sie sind in der Lage Ihre Daten jederzeit neu anzupassen.

STARTEN SIE IHR TRAINING

1) Vergewissern Sie sich, dass der Strom eingeschalten ist.
2) Drücken Sie die MODE Taste um ins Hauptmenü zu gelangen, nachdem Sie Ihre persönlichen Daten eingegeben haben.
3) Drücken Sie die ▲/▼ HOCH/ RUNTER Tasten zum Wählen eines Trainingsprogrammes, zum Bestätigen drücken Sie die MODE Taste.
4) Um ein vorinstalliertes Programm auszuwählen, wählen Sie ein Programm und drücken Sie die MODE Taste.
5) Nachdem Sie ein Trainingsprogramm gewählt haben, drücken Sie die Up/Down Tasten um Ihre Trainingszeit fest zu legen.
6) Drücken Sie die START Taste um mit Ihrem Training zu beginnen.

QUICK START

1) Vergewissern Sie sich, dass der Strom eingeschalten ist.
2) Drücken Sie die START Taste um mit dem Training zu beginnen.

MANUELL

Wählen Sie im Hauptmenü den Punkt Manuell und drücken Sie START um das Training zu beginnen.

HRC

1) Beenden Sie Ihre persönlichen Einstellungen und begeben Sie sich ins Hauptmenü.
2) Wählen Sie das HRC Programm im Hauptmenü und drücken Sie die AUSWAHL Taste zum Auswählen.
3) Wählen Sie zwischen 55%, 75% und 90% Ihrer Ziehlherzfrequenz oder wählen Sie Ihre persönliche Ziehlherzfrequenz zwischen 30 - 230.

BENUTZER PROGRAMM

1) Wählen Sie das Benutzer Programm im Hauptmenü und benutzen Sie die HOCH/ RUNTER und AUSWAHL Taste um Ihr eigenes Training zu wählen.
2) Drücken Sie für 3 Sekunden die AUSWAHL Taste um Ihre Einstellung zu bestätigen.

ERHOLUNG/ RECOVERY

Nachdem Sie einige Zeit trainiert haben (mindestens 30 Sekunden), drücken Sie die ERHOLUNG Taste. Nachdem Sie die ERHOLUNG Taste gedrückt haben muss der Computer 60 Sekunden lang Ihre Herzfrequenz empfangen. Legen Sie hierfür Ihre Hände auf die Handpulssensoren. Nach den 60 Sekunden wird der Computer Ihr Fitnesslevel von F1 - F6 anzeigen.

(F1 - F6 stehen für Ihren Fitnessquotienten, F1 steht für das Beste Resultat.)

KÖRPERFETT/ BODY FAT MESSUNG

1) Drücken Sie die Körperfett Taste, wenn Sie im Hauptmenü Ihr Training wählen.
2) Wählen Sie den Benutzer von U1 - U4 und drücken Sie START.
3) Halten Sie beide Pulsegriffe für 8 - 10 Sekunden und das Testresultat (Prozentanteil und BMI Rate) wird für 30 Sekunden lang auf dem LCD Display erscheinen.

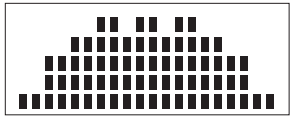
WATT

1) Beenden Sie Ihre Benutzereinstellungen und wählen Sie Ihr Training.
2) Wählen Sie das Wattprogramm im Hauptmenü und drücken Sie die AUSWAHL Taste.
3) Wählen Sie Ihre gewünschte Wattzahl, indem Sie die HOCH/ RUNTER Tasten benutzen.
4) Drücken Sie START, wenn Sie Ihre Einstellungen beendet haben.

DELOS VOREINGESTELLTE PROGRAMME

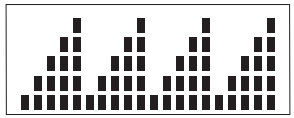
Für manuelle Einstellungen, HRC und Benutzer Programme entnehmen Sie nähere Infos auf Seite 25.

- P1 GEWICHTSREDUZIERUNG/ WEIGHT LOSS: Ideal um das Körpergewicht zu reduzieren, Wechsel zwischen starken und schwachen Widerständen, aber immer im Fettverbrennungsbereich.



- P2 INTERVALL/ INTERVALS: Verbessert Ihre Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer durch Wechsel zwischen leichten und starken Widerständen.

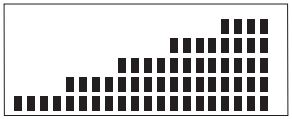
- P3 FETTVERBRENNUNG/ FAT BURN: Durch die Kombination von starken und schwachen Widerständen verbrennen Sie mehr Fett.



- P4 BERGFAHRT/ MOUNTAIN CLIMB: Verbessert Ihre Leistung und Ausdauer durch eine Erhöhung auf Spitzenwiderstände, um die schwierigsten Außenbedingungen zu simulieren.

- P5 ATHLETEN TRAINING/ ATHLETE TRANING: Ein komplettes Trainingsprogramm um Ihre körperliche Fitness zu steigern.

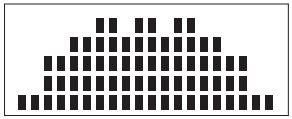
- P6 SPITZEN TRAINING/ PEAK PERFORMANCE: Erhöhter Wiederstand. Für fortgeschrittene Benutzer zur Muskelstraffung und für welche die nach einer Herausforderung suchen.



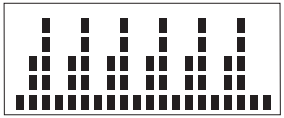
DELOS PRO VOREINGESTELLTE PROGRAMME

Für manuelle Einstellungen, HRC und Benutzer Programme entnehmen Sie nähere Infos auf Seite 25.

- P1 GEWICHTSREDUZIERUNG/ WEIGHT LOSS: Ideal um das Körpergewicht zu reduzieren, Wechsel zwischen starken und schwachen Widerständen, aber immer im Fettverbrennungsbereich.



- P2 INTERVALL/ INTERVALS: Verbessert Ihre Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer durch Wechsel zwischen leichten und starken Widerständen.

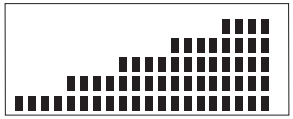


- P3 FETTREDUZIERUNG/ FAT BURN: Durch die Kombination von starken und schwachen Widerständen verbrennen Sie mehr Fett.

- P4 BERGFAHRT/ MOUNTAIN CLIMB: Verbessert Ihre Leistung und Ausdauer durch eine Erhöhung auf Spitzenwiderstände, um die schwierigsten Außenbedingungen zu simulieren.

- P5 ATHLETEN TRAINING/ ATHLETE TRANING: Ein komplettes Trainingsprogramm um Ihre körperliche Fitness zu steigern.

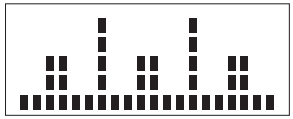
- P6 SPITZEN TRAINING/ PEAK PERFORMANCE: Erhöhter Wiederstand. Für fortgeschrittene Benutzer zur Muskelstraffung und für welche die nach einer Herausforderung suchen.



DELOS PRO VOREINGESTELLTE PROGRAMME

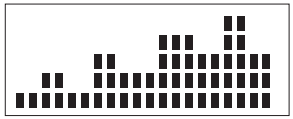
Für manuelle Einstellungen, HRC und Benutzer definierte Programme entnehmen Sie nähere Infos auf Seite 25.

- P7 FETTVERBRENNUNG/ AFTER BURNER: Nach einer intensiven Trainingeinheit, gönnen Sie Ihren Muskeln eine Erholungsphase.

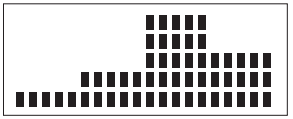


- P8 PLATEAU/ PLATEAU: Simuliertes Bergsteigen durch kontinuierliches einstellen des Widerstandes.

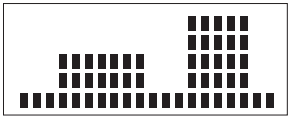
- P9 FETTVERBRENNUNG INTERVALL/ FAT BURN INTERVAL: Nach und nach steigender Widerstand durch Hügel und Täler erlaubt Ihnen Ihr tägliches Ziel zu erreichen.



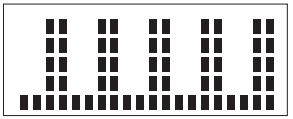
- P10 BERG/ HILL: Verbessert Ihre Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer durch Wechsel zwischen leichten, starken und spitzen Widerständen.



- P11 JOGGEN/ JOGGING: Simulierte Jogging - Einheiten erhöhen die Ausdauer und den Stoffwechsel.



- P12 AUSDAUER/ ROLLING: Hilft das Gewicht zu halten. Stufenweiser Wechsel zwischen hohen und niedrigen Widerständen, um die Herzfrequenz stufenweise zu erhöhen und zu verringern.



HERZFREQUENZKONTROLLE

RÜCKMELDUNG

Ihr Horizon Fitness Crosstrainer verfügt über zwei Optionen für Herzfrequenzrückmeldungen. Sie können sich für die Haltegriffe, die mit Pulssensoren ausgestattet sind entscheiden oder Sie benutzen den Brustgurt, um Ihre Arme beim Training frei bewegen zu können.

HANDPULSSENSOREN

Die Handpulssensoren befinden sich an den Haltegriffen. Legen Sie Ihre Handflächen direkt auf die Handpulssensoren. Um eine Anzeige zu bekommen, müssen Sie beide Hände auf die Sensoren auflegen. Halten Sie die Sensoren nicht zu fest umgriffen, sonst erhöht sich Ihr Blutdruck. Halten Sie die Pulssensoren nur so lange umfasst, bis Ihre Herzfrequenz angezeigt wird, ansonsten bekommen Sie Unregelmäßigkeiten in der Messung.

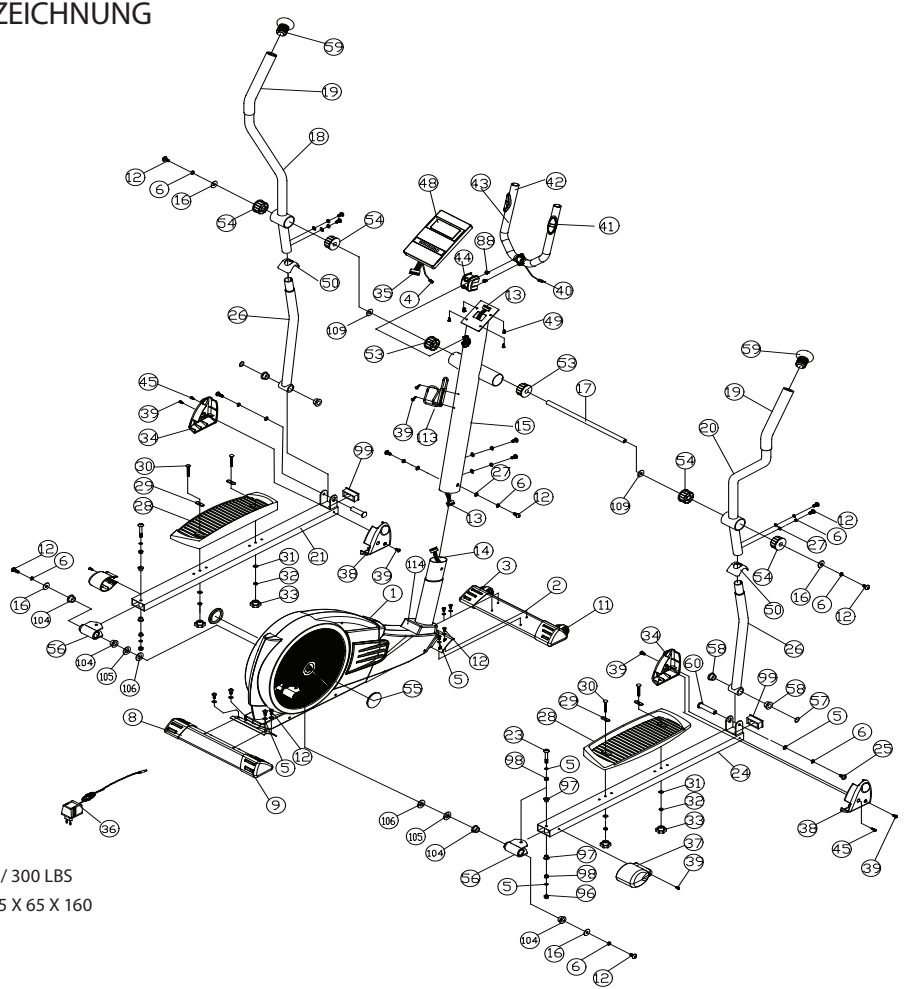
KABELLOSER BRUSTGURT (OPTIONAL)

Bevor Sie den kabellosen Brustgurt umschnallen, sollten Sie die zwei Gummielektroden mit Wasser befeuchten. Platzieren Sie den Brustgurt unter dem Brustkorb oder dem Brustmuskel, mit dem Logo nach außen, genau über Ihrem Brustbein. HINWEIS: Der Brustgurt muss fest und richtig platziert sein um genaue und beständige Ablesungen zu senden. Wenn der Brustgurt zu locker sitzt, kann es sein, dass Ihnen eine ungleichmäßige Herzfrequenz angezeigt wird.

WARNUNG!

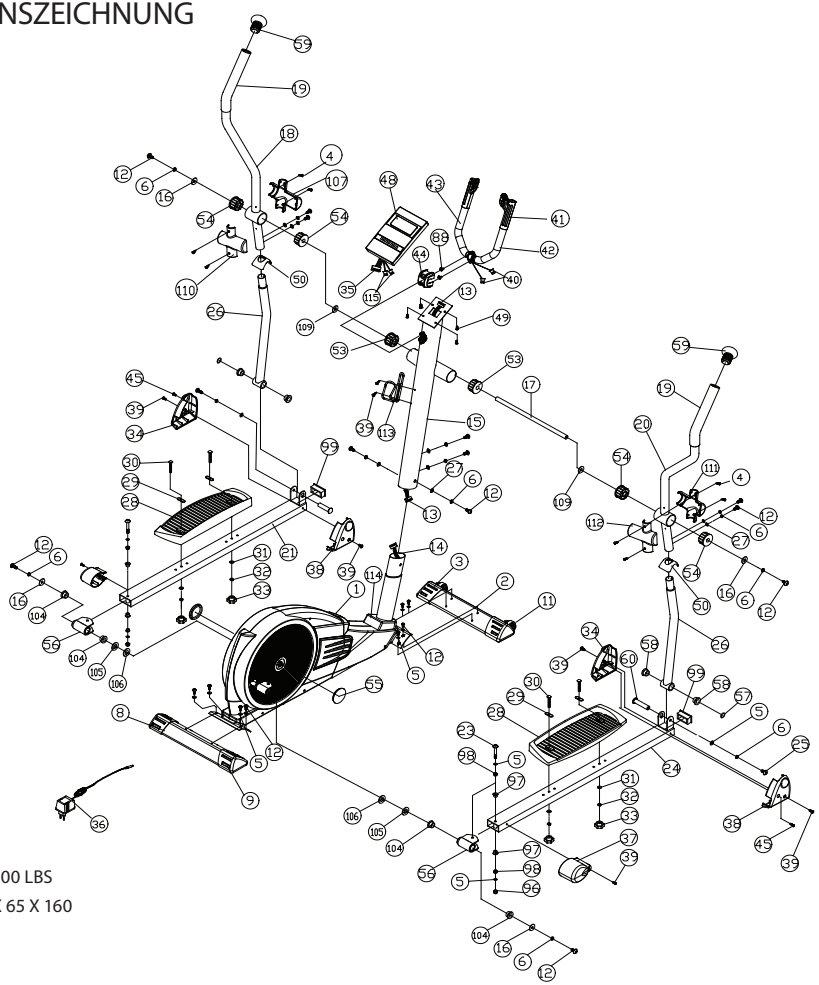
Die Herzfrequenzfunktion ist keine medizintechnische Funktion. Viele Faktoren können die Messung Ihrer Herzfrequenz beeinflussen. Die Herzfrequenzmessung dient nur als Übungshilfe.

DELOS EXPLOSIONSZEICHNUNG



MAX. BENUTZERGEWICHT: 135 KG / 300 LBS
STELLFLÄCHE (L X B X H IN CM): 155 X 65 X 160
PRODUKTGEWICHT: 45 KG

DELOS PRO EXPLOSIONSZEICHNUNG



MAX. BENUTZERGEWICHT: 135 KG / 300 LBS
STELLFLÄCHE (L X B X H IN CM): 155 X 65 X 160
PRODUKTGEWICHT: 45 KG

DELOS ERSATZTEILLEISTE

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
1	main frame	1
2	front stabilizer	1
3	front stablizer end cap	1
4	console HR cable	1
5	ø8xø16xø1.5 flat washer	14
6	ø8 spring washer	14
7	transportation wheel	2
8	rear stablizer	1
9	rear stablizer end cap, left	1
10	leveling adjusting knob	2
11	front stablizer right end cap	1
12	m8x15 screw	20
13	upper console cable	1
14	lower console cable	1
15	console mast	1
16	ø8.5xø32xt2.0 flat washer	4
17	handle axle	1
18	upper handlebar left	1
19	upper handle foam	2
20	upper handlebar right	1
21	left pedal arm	1
22	crank	2
23	m8x55 screw	2
24	right pedal arm	1
25	ø8x25	2
26	lower handlebar	2
27	ø8xø22xT1.5 arc washer	8
28	pedal	2
29	pedal washer	4

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
30	m6*52 bolt	4
31	ø6.5*ø13*t1.5 flat washer	4
32	ø6 spring washer	4
33	pedal adjusting knob	4
34	pedal arm covers (left)	2
35	console cable	1
36	adaptor	1
37	rear crank cover	2
38	pedal arm covers (right)	2
39	ø5*15 screw	20
40	hand grip pulse cable	1
41	hand grip pulse	2
42	fix handlebar foam	1
43	fix handlebar	1
44	fix handlebar cover	1
45	ø4*20 screw	14
46	m6x15 idler screw	1
47	transportation wheel axle	2
48	console	1
49	m5*12 screw	4
50	handlebar cover	2
51	10x1.25 crank nut	2
52	ø6.5*ø16*t1.5 flat washer	1
53	handle axle cover	2
54	upper handlebar axle cover	4
55	hub	2
56	crank to pedal arm bracket	2
57	ø21.4*ø16*ø0.25 wavy washer	2
58	lower swing arm bushing	4

NO.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	QTY
59	upper handlebar end cap	2
60	lower swing arm to pedal arm pin	2
61	cable	1
62	ø10.5*ø20*ø1.5 flywheel flat washer	2
63	ø10 flywheel nut	2
64	motor	1
65	motor cable	1
66	ø17.2*ø22*t0.3 crank wavy	2
67	crank cover	2
68	sensor fixing plate	1
69	ø17.2 crank bearing spring	2
70	sensor bracket screw	1
71	idler bearing spacer	1
72	magnet return spring	1
73	ø8*50 screw	2
74	magnetic bracket	1
75	6203z(z2) crank bushing	2
76	m6 nut	2
77	tension wheel	1
78	magnetic sensor	1
79	pulley	1
80	m5x15 screw	9
81	m5 nut	1
82	idler fixing plate	1
83	idler holder	1
84	idler fixing tube	3
85	m6*12mm screw	3
86	m6x52 magnetic brake	1
87	6001z (z2v1) idler bearing	2

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
88	m8 *20 screw	2
89	ø4 * 12 mm screw	20
90	#55 fly wheel	1
91	#20 fly wheel axle	1
92	6001z(z2) flywheel bearing	2
93	ø12(id 11.1mm) flywheel spring washer	2
94	ø6.5ø22t1.5 flat washer	1
95	belt	1
96	m8 nut	3
97	rear pedal arm bushing	4
98	pedal tube	4
99	pedal arm end cap	2
100	left side cover rear	1
101	left side cover front	1
102	right side cover rear	1
103	right side cover front	1
104	crank bushing	4
105	ø19 wavy washer	2
106	ø19*ø31.8*ø1.5 flat washer	2
108	rear stablizer end cap, right	1
109	ø16*ø30*t0.3 wavy washer	2
113	water bottle holder	1
114	console mast cover	1

DELOS ERSATZTEILLISTE

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
1	Main frame	1
2	front stabilizer	1
3	front stablizer end cap	1
4	handlebar cover screw	1
5	ø8*ø16*ø1.5 flat washer	14
6	ø8 spring washer	14
7	Transportation wheel	2
8	Rear stablizer	1
9	Rear stablizer end cap, left	2
10	Leveling adjusting knob	2
11	Front stablizer right end cap	1
12	m8*15 Screw	20
13	Upper console cable	1
14	Lower console cable	1
15	Console mast	1
16	ø8.5*ø32*t2.0 flat washer	4
17	Handle axle	1
18	Upper handlebar left	1
19	Upper handle foam	2
20	Upper handlebar right	1
21	Left pedal arm	1
22	Crank	2
23	m8*55 screw	2
24	right pedal arm	1
25	ø8*25	2
26	lower handlebar	2
27	ø8*ø22*t1.5 arc washer	8
28	pedal	2
29	pedal washer	4

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
30	M6*52 Bolt	4
31	ø6.5*ø13*T1.5 flat washer	4
32	ø6 Spring washer	4
33	Pedal adjusting knob	4
34	pedal arm covers (left)	2
35	console cable	1
36	adaptor	1
37	rear crank cover	2
38	pedal arm covers (right)	2
39	ø5*15 screw	20
40	hand grip pulse cable	1
41	hand grip pulse	2
42	fix handlebar foam	1
43	fix handlebar	1
44	fix handlebar cover	1
45	ø4*20 screw	14
46	M6x15 idler screw	1
47	transportation wheel axle	2
48	console	1
49	M5*12 screw	4
50	handlebar cover	2
51	10x1.25 crank nut	2
52	ø6.5*ø16*T1.5 flat washer	1
53	handle axle cover	2
54	upper handlebar axle cover	4
55	hub	2
56	crank to pedal arm bracket	2
57	ø21.4*ø16*ø0.25 wavy washer	2
58	lower swing arm bushing	4

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
59	upper handlebar end cap	2
60	lower swing arm to pedal arm pin	2
61	cable	1
62	ø10.5*ø20*ø1.5 flywheel flat washer	2
63	ø10 flywheel nut	2
64	motor	1
65	motor cable	1
66	ø17.2*ø22*T0.3 crank wavy	2
67	crank cover	2
68	sensor fixing plate	1
69	ø17.2 crank bearing spring	2
70	sensor bracket screw	1
71	idler bearing spacer	1
72	magnet return spring	1
73	ø8*50 screw	2
74	magnetic bracket	1
75	6203Z(Z2) crank bushing	2
76	M6 nut	2
77	tension wheel	1
78	magnetic sensor	1
79	pulley	1
80	M5x15 screw	9
81	M5 nut	1
82	idler fixing plate	1
83	idler holder	1
84	idler fixing tube	3
85	M6*12mm screw	3
86	M6x52 Magnetic brake	1
87	6001Z (Z2V1) idler bearing	2

NUM.	ENGLISCHE BESCHREIBUNG	ANZ.
88	M8 *20 screw	2
89	ø4 * 12 mm screw	20
90	#55 fly wheel	1
91	#20 fly wheel axle	1
92	6001Z(Z2) flywheel bearing	2
93	ø12(ID 11.1mm) flywheel Spring washer	2
94	ø6.5ø22T1.5 flat washer	1
95	belt	1
96	M8 nut	3
97	rear pedal arm bushing	4
98	Pedal tube	4
99	pedal arm end cap	2
100	left side cover rear	1
101	left side cover front	1
102	right side cover rear	1
103	right side cover front	1
104	crank bushing	4
105	ø19 wavy washer	2
106	ø19*ø31.8*ø1.5 flat washer	2
107	left handlebar cover, front	1
108	rear stablizer end cap, right	1
109	ø16*ø30*T0.3 wavy washer	2
110	left handlebar cover, rear	1
111	right handlebar cover, front	1
112	right handlebar cover, rear	1
113	water bottle holder	1
114	console mast cover	1
115	console HR cable	1

GARANTIEBESTIMMUNGEN

Alle Hinweise zu unseren Garantiebestimmungen finden Sie auf der Garantie- & Servicekarte.
Sollte diese fehlen, fordern Sie diese bitte unter der Rufnummer 02234-9997-100 an.

D:
Entsorgungshinweis
Horizon Fitness - Produkte sind recyclebar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

GB:
Waste Disposal
Horizon Fitness products are recyclable. At the end if its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

F:
Remarque relative à la gestion des dèchets
Les produits Horizon Fitness sont recyclables. A la fin sa durrèe d`utilisation, remettez l´appareil à un centre de gestion de dèchets correct (collecte locale).

NL:
Verwijderingsinstructie:
Horizon Fitness producten zijn recycleerbaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur voor recycling naar een vakkundig verzamelpunt.

E:
Informaciones para la evacuaciòn
Los productos de Horizon Fitness son riciclables. Cuando se termina la vida ùtil de un aparato o una màquina, entrèguelos an una impresa local de eleiminaciòn de residuos para su reciclaje.

I:
Indicazione sullo smaltimento
I prodotti Horizon Fitness sono reciclabill. Quando l` apparecchio non servirà più, portatelo in un apposito punto di raccolta della Vostra città (Punti di raccolta comunall).

PL:
Wskazòwka dotyczàca usuwania odpadòw.
Producty firmy Horizon Fitness podlegajà recyklingowi. Pod koniec okresu o`ywalnoÈcl pros`z oddac urzàdzenie do wlaÈciwego punkto usuwania odpadòw (lokalny punkt zbiorczy).

KONTAKT
JOHNSON HEALTH TECH. GMBH
EUROPAALLEE 51
50226 FRECHEN

ALLGEMEINE INFORMATIONEN:
TELEFON: 02234-9997-100
E-MAIL: INFO@HORIZONFITNESS.DE

TECHNIK-HOTLINE:
TELEFON: 02234-9997-500
E-MAIL: SERVICE@HORIZONFITNESS.DE
TELEFAX: 02234-9997-200

INTERNET: WWW.HORIZONFITNESS.DE

HORIZON FITNESS

CROSSTRAINER
BEDIENUNGSANLEITUNG

Delos & Delos Pro Owner's Manual 0415'11 Rev. 1.6 © 2011 Horizon Fitness

DELOS & DELOS PRO 210711